



# Diálisis y Trasplante

[www.elsevier.es/dialis](http://www.elsevier.es/dialis)



## Crítica de libros

### La alimentación en la enfermedad renal. Recetario práctico de cocina para el enfermo renal y su familia

#### *The feeding in the renal disease. Practical recipe book of kitchen for the renal patient and his family*

Autores: Sergio Fernández, Natividad Conde, Alberto Caverna, Antonio Ochando.

Patrocina y distribución gratuita por Shire.

Primera edición noviembre 2009. Impreso en España.

Edita Federación Renal Alcer.



Esta obra no existiría sin la perseverancia, constancia y entrega de Antonio González Alfonso, enfermo renal e impulsor de este proyecto.

Desde que se puso en contacto con el cocinero Sergio Fernández vieron claramente la necesidad de publicar un recetario adecuado. La obra ha sido revisada por el equipo formado por Antonio Ochando (enfermero), Alberto Caverna (dietista y nutricionista) y Natividad Conde (profesora de cocina).

En este libro, los autores han puesto una enorme dosis de ilusión y cariño porque es necesario perder algunos miedos a comer y con un mayor conocimiento sobre la enfermedad renal, no tiene que afectar a la alimentación en estos pacientes.

Muchas veces los profesionales de la salud (nefrólogos/as y enfermeros/as), somos demandados por las recetas adaptadas a la enfermedad renal por los propios pacientes con enfermedad renal su familia o sus cercanos y muchas veces no hemos podido responder satisfactoriamente a estas peticiones.

Este libro es una herramienta que proporciona recetas útiles en las diferentes etapas de la enfermedad, así como algunos trucos y consejos para facilitar la tarea de hacer la comida diaria. Está dirigido a todas las personas con enfermedad renal independientemente de que están en la etapa prediálisis, luego haya iniciado en diálisis tanto hemodiálisis como diálisis peritoneal, o están trasplantados, por ello, es muy importante la lectura de los comentarios sobre los diferentes estadios de la enfermedad, porque no debemos olvidar que existen algunas diferencias en la alimentación según la situación del enfermo.

Un trabajo como este es demandado desde hace tiempo para todos los implicados en la enfermedad renal crónica: médicos, enfermeros, pacientes y familiares.

Se explica de forma sencilla. ¿Qué son los hidratos de carbonos, las grasas, las proteínas, sodio, fósforo, potasio y calcio?

Se comentan los trucos útiles para la persona con enfermedad renal: dar sabor a las comidas, condimentación, el remojo, las formulas de quitar potasio, la doble cocción y los consejos para disminución la sensación de sed.

Cómo utilizar este libro e interpretar las recetas: tiene una estructura clásica. Cada receta consta de ingredientes, preparación, elaboración, ficha nutricional, notas de cocina y del nutricionista.

El recetario consta de 68 recetas, divididas en 4 partes: primer plato, segundo plato, postres y plato gourmet.

Del primer plato: pastas (9), arroces (6), verduras (6) y legumbres (7)

El segundo plato se divide en: carnes (12), pescados (8) y huevos (2).

Dentro de los postres, se divide en: de leche (5) y frutas (4).

Por último, los platos gourmet (8).

Desde la importancia que tiene en la enfermedad renal crónica, la dietética y la nutrición. Esta publicación nace como un instrumento que nos lleve a conseguir una mejor calidad de vida para todos los que padecen una enfermedad renal y para los familiares de estos.

Las aportaciones de los profesionales hacen de este libro, una herramienta útil, tanto para el paciente como los familiares, que son los encargados de agudizar el ingenio para realizar menos activos de acuerdo a las restricciones de la dieta en la enfermedad renal.

Julen Ocharan-Corcuera  
Hospital Txagorritxu, Vitoria-Gasteiz, Alava, España  
Correo electrónico: [josejulian.ocharancorcuera@osakidetza.net](mailto:josejulian.ocharancorcuera@osakidetza.net)